





الاعمال البيتية ... رياضة !

التي تمثل في بينها تكون في صحة جيدة وجانب عظيم من القوة والشايط . فهل تدرك؟

أها القاري؟ السبب ؟

عندما تقوم اليه بالاشراف على طفلته وعندها تريد ان انيام تكون في حركة دائره بين القيام والنعوم وهذا عمل رياضي ، و شدة . وعندما تباشر طهي الطعام تكون في وضعية وقوي عضلات يديها ، وهي عندئذ تريد ان تنشط ارضي ريتها ان تباشر و فيمنعك اليومعة . تكون بعدها في حاجة الى الراحة شأنا في ذلك شأن اي رياضي يلعب كرة القدم او كرة اللسة او غيرها من الرياضات .

يفاد ان هذا ما تشر به تلك الية .

لذا عند انجازها واعمالها اليه للطلبة .

فالي عمل للزلاز ايها الاغوات السريانية ولا تأتئن منه بل اقبل عليه واتعن واجيانه بايديك ، وفي هذا ما جعل الاجال ع .

ايضا يمكن ، وبتلك تكن قد قد صلين . مهين : انجاز اعمالك اليوم وقرؤن في اجسامك . هي الى الامام ايها القاري ، وهي الاجسام سجل كل صفحة ناصعة تاريخ النهضة الحديثة .

شجعوا الرياضى المهزوم  
ما اجل ان يكون هناك احتواء للاه  
المهزوم الذي يحتاج الى الطوبى اجتياز  
حتى ولو كان متأخرا  
كنت ذات مساء في ندوة رياضية جبه  
اعضاؤها من الرياضيين ، وكانت هناك مبار

اللاعبين - رغم انه اكمل شوطه - حتى ان بعض الرياضيين من الحضور يسيرون به ويسخرون منه ، فقد اثر هذا الحادث تأثيراً بالغا ، اذ ان هذا الرياضي الشهم عثره الفرقة بصدره وحبه وثغر باسم ، ولكنك اصدقا لم يتكلموه وشأنه ، بل هذا الجميع منه .

الذكور عبد الرحيم كال بد  
خرج كلية الطب بالقاهرة

المدة: ٨ - ١ صباحاً ومن ٣ - ٦ مساءً

رى في الرقص  
توزع فيها الجوائز على الفائزين

مستقبلك مؤمن ؟

ان تقرأوا كتاب «الفرس الهندية» وهو  
بين كيف يمكنكم ان تضمنوا وظيفة دائمة  
في هذا الكتاب القيم قد جرى تحضيره

هو من أهم كيفية اختتام الفرص  
بإختصار المواضيع المتعلقة للدراسة البيئية  
في المماراة وجميع فروع الهندسة المدنية

الح. A.M.I.E.E., B. Sc., Matriculation  
تتم العالية لخدمة الحكومة والشركات  
الح.

فأنت في البيت لتأمين مستقبل زاهر. أن  
يجب عليك أن لا تفهم فرصة الحصول على  
على نسخة مجانية إذا طلبتها الآن من:

**BRITISH INSTITUTE**

Dept, F. E. 10 Sansur Bui

٢٠١٣ - تلفون  
٦٩ - تلفون  
٧١ - تلفون

٩ و ١٢٣٠ و ٢٣٠  
١٠ و ٢  
١١ و مراعاة لرايتنا الكرام  
١٢ و

100



خطورة موقفهم في ۰۰۰ امریکا!

جرازات السفر وتسجيل الحجاج

## تسهيل السفر الى لبنان

القدس في ٢١ أيلول - مراحل فلسطين

اربعاء يوم الاحد القادم وستناول طعام الغدا

1955

بعد ان دفن جده ولده ذهب الى قبر  
الذكرور احمد ماهر باشا وقرأ الفاتحة،

من قاعد الاخوان العرب

اسماء الحیوب

النجاح في مساعده

كان امس اليوم الثالث لانقاذ المحكومة | اتخذها عدد الشبهة ايضا قوافلت المحكمة على

اسعار القمح وواجب الحكومة

يعطى فيها التادي مايلي : ١ - ان يعهد  
للعرب في اشراف الكلي على دائرة لادرف ،

المالكون والمادة ١٢

۱۔ نفاذ ہوا و فدود مع کما استقبال بکل جفاوة واکر

وسأله المحكمة عما إذا كان هؤلاء الشهود  
وسمعت المحكمة للمعامي بأن يرد على النيابة

الكندي والاستيراد مستمر لتصل كمية هذا

دار مناجاة ينشئ فيها عدداً من الصفوف

الحضور الاستاذ قسري طوقان وغمت قاعة

مبيع زیت و شحمات

حوادث ٥ آلاف جنيه لمن ارشد عن رؤساء المنظمات الارهابية

الذي يجب ان تزال ليصبح خبره مستغاثا

الباصره الخاضع لانتزاع الناصره بحره

1

الحمد لله الذي جعل القرآن الكريم منارة للهدى

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

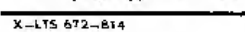
عشرة جنسها نقدا ولا يزال التعدي في مستمر

100

ASB UNION CIGARETTE & TOBACCO CO. LTD. HONG KONG

1. *Journal of the American Medical Association*, 1997; 277: 1033-1037.





Year	United States (%)	Japan (%)	Germany (%)
1950	10	7	12
1960	11	8	13
1970	12	9	14
1980	13	10	15
1990	14	11	16
2000	15	12	17
2010	16	13	18
2020	17	14	19
2030	17.5	15	20
2040	18	16	21
2050	18.5	20	22

العدد ١١٨ - العدد ١١٩